

## Chickpea Salad: স্বাস্থ্যকর স্যালাড বানাতে চান? বানিয়ে ফেলুন চকিপসি স্যালাড, রইল রসেপি

## Chickpea Salad: বাড়তি বানিয়ে ফেলুন স্বাস্থ্যকর চকিপসি স্যালাড

### হাইলাইটস:

স্যালাড অত্যন্ত স্বাস্থ্যকর একটি খাবার যা বাড়ির বড় থেকে ছোট সকলেই ভীষণ পছন্দ করে একটি খাবার খুব সহজে বানিয়ে ফেলুন চকিপসি স্যালাড

Chickpea Salad: স্যালাডের চেয়ে স্বাস্থ্যকর খাবার, আর নই বললেই চলবে এটা যতটা সুস্বাদু ততটাই স্বাস্থ্যকর। যার ফলে বাড়ির বড় থেকে ছোট সকলেই ভিন্ন স্বাদের স্যালাড খতে চায়। আপনিও বাড়তি বানাতে পারেন চকিপসি স্যালাড। দেখে নিন সম্পূর্ণ রসেপি -

### চকিপসি স্যালাড তৈরির উপকরণ:

- সাদা ছোলা (সদেধ করা) ২ কাপ
- শসা (কুচি করে কাটা) ১টা
- টমটো (কুচি করে কাটা) ২টা
- পয়াজ (কুচি করে কাটা) ১টা
- লবুর রস ১ টবেলি চামচ
- তাজা ধনে (কুচি করে কাটা) ২ টবেলি চামচ
- চাট মশলা ১ চা চামচ
- জিরা গুঁড়ো ১/২ চা চামচ
- লাল লঙ্কার গুঁড়ো ১/২ চা চামচ
- গণেশে মারকা সরষির তলে ২০ মিলি প্যাকটে
- নুন স্বাদ মতো

### চকিপসি স্যালাড তৈরির পদ্ধতি:

- ১) একটি বড় পাত্রে সমস্ত উপকরণ একসাথে মিশিয়ে নিন।
- ২) ভালো করে মিশিয়ে নিন।
- ৩) এবার সুন্দর করে পরবিশেন করুন।

\*নোট - যদি আপনি আগে থেকে তৈরি করে রাখতে চান, তাহলে চাট মশলা এবং নুন যোগ করা এড়িয়ে চলুন। ব্যবহার না হওয়া পর্যন্ত ফ্রিজে রাখুন, পরবিশেনের আগে নুন এবং চাট মশলা যোগ করুন।

এই রকম নত্ব নতুন রসেপি পতে ওয়ান ওয়ার্ল্ড নডিজ বাংলার সাথে যুক্ত থাকুন।

